

ダイエット経験のある30歳～69歳300人に聞いた  
**「ダイエットに関する調査」**

**「ビリーズブートキャンプ」49.7%もの方がチャレンジした経験あり  
ダイエットの経験「1年以上」続いた方は8.0%のみ・・・**

健康美容ビジネスのコンサルティング(リーガルマーケティング)事業を手がける株式会社薬事法ドットコム(本社：東京都新宿区、代表取締役社長：斎藤 敬志、以下 薬事法ドットコム)は、世の中の健康美容の動向をいち早く把握するために、独自で調査を行っております。今回、2013年7月24日(水)～7月25日(木)の2日間にダイエット経験のある全国の女性300人を対象に「ダイエット」をテーマにしたインターネットリサーチを実施いたしました。

**【調査背景】**

暑さも本格的な季節となり、ダイエットが「続かない」「面倒だ」などの悩みを持っている方も多いのではないのでしょうか。健康的に美しく痩せるために、運動は不可欠ですが、続けるためには簡単であることも大切です。そこで、映像を見て行うダイエットにスポットを当て調査いたしました。以下、調査データをお送りいたしますので、報道のご参考にしていただければ幸いです。

**【調査概要】**

1. 調査の方法：株式会社ネオマーケティングの運営するアンケートサイト「アイリサーチ」のシステムを利用したWEBアンケート方式で実施
2. 調査の対象：ダイエット経験のある全国の30代～60代の女性
3. 有効回答数：300人
4. 調査実施日：2013年7月24日(水)～7月25日(木)

**主な設問と回答**

- ◆過去にチャレンジしたことがある映像を見ながら行うダイエットは？
  - 1位「ビリーズブートキャンプ」49.7%
  - 2位「コアリズム」27.0%
  - 3位「カーヴィーダンス」23.3%
- ◆あなたが映像を見て行ったダイエットは、どれくらいの期間行った？  
「1年以上」はわずか8.0%

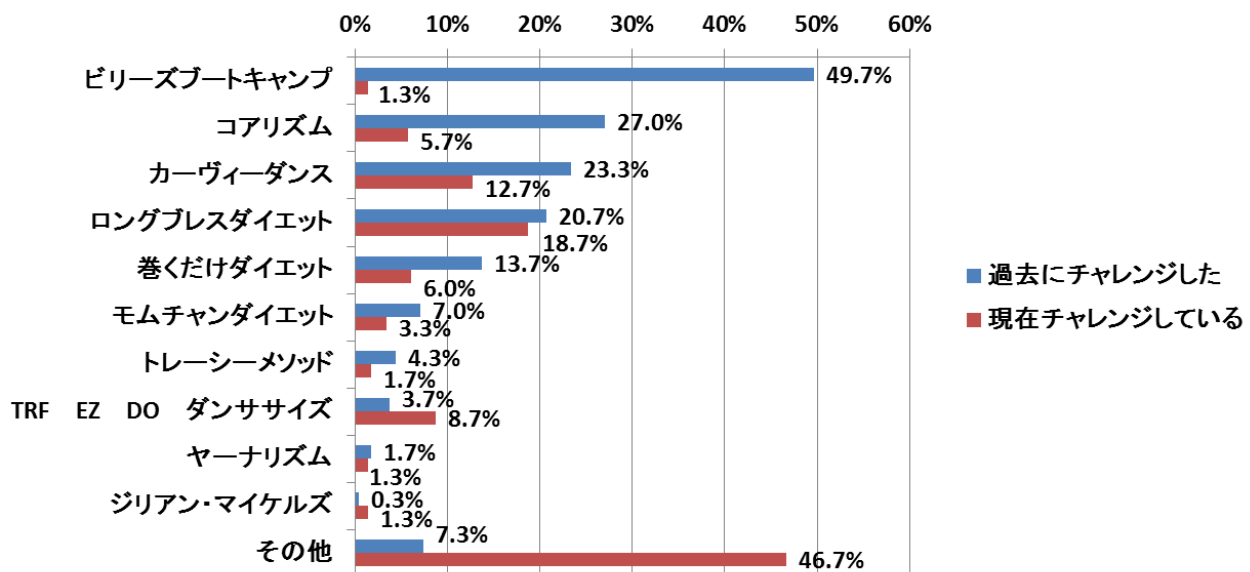
～報道関係者様へのお願い～

本内容の転載にあたりましては、「薬事法ドットコムマーケティング研究所調べ」と付記のうえご使用いただきますようお願い申し上げます。

・・・本リリースに関するお問い合わせ先・・・

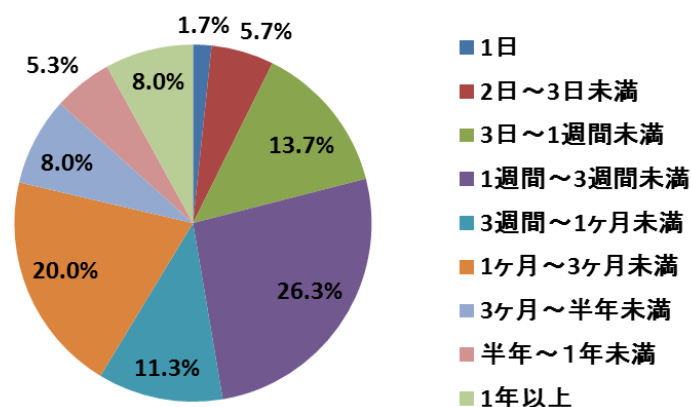
「薬事法ドットコムマーケティング研究所」広報事務局 (one 内) 担当：松田

Q1 あなたが過去にチャレンジしたことがある、また現在チャレンジしている、映像を見ながら行うダイエットの種類を教えてください。(複数回答 N=300)



過去にチャレンジしたことがある、また現在チャレンジしている、映像を見ながら行うダイエットの種類をお聞きしたところ、過去チャレンジしたダイエットで最も多かった回答は「ピリズブートキャンプ」の49.7%という結果となりました。約半数の方が「ピリズブートキャンプ」に入隊をしたという結果になっています。また現在チャレンジしているダイエットは「ロングブレスダイエット」が18.7%で最も多い回答となりました。

Q2 あなたが映像を見て行ったダイエットは、どれくらいの期間行いましたか。最長の期間を教えてください。(単数回答 N=300)

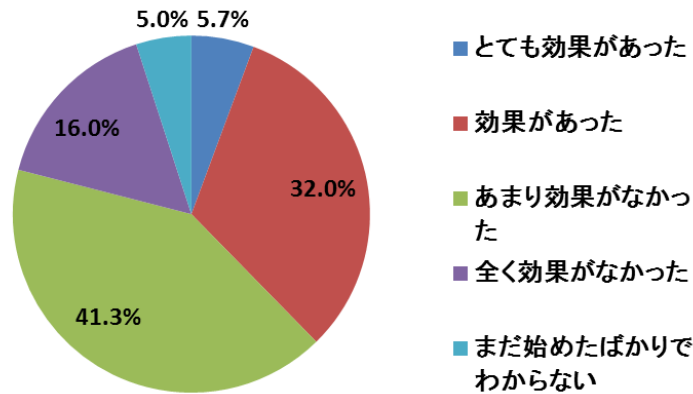


映像を見て行ったダイエットは、どれくらいの期間行ったか、最長の期間を聞いたところ、最も多かった回答は「1週間～3週間未満」の26.3%となりました。次いで、「1ヶ月～3ヶ月未満」20.0%、「3日～1週間未満」13.7%という結果となりました。「1年以上」と回答した方は8.0%しかおらず、やはりダイエットを継続することは難しいということがわかりました。

・・・本リリースに関するお問い合わせ先・・・

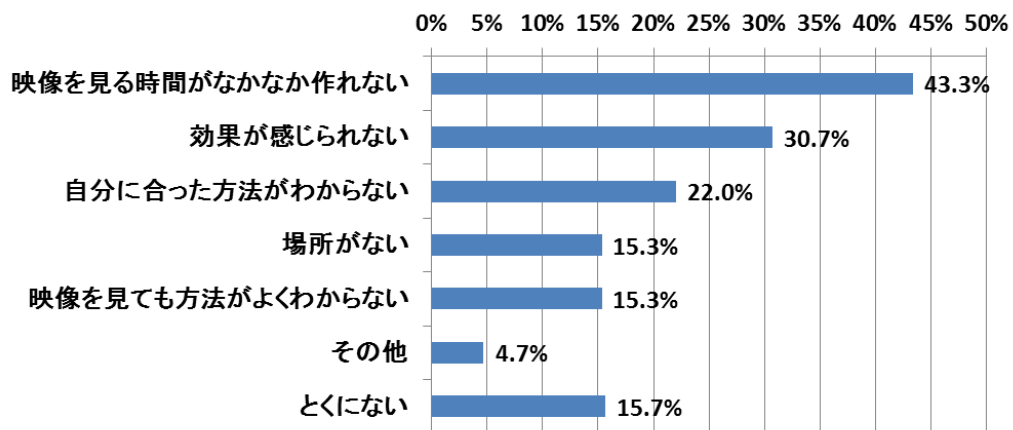
「薬事法ドットコムマーケティング研究所」広報事務局 (one 内) 担当：松田

Q3 あなたが映像を見て行ったダイエットは効果がありましたか。複数のダイエットを行った方は直近のものについてお答えください。(単数回答 N=300)



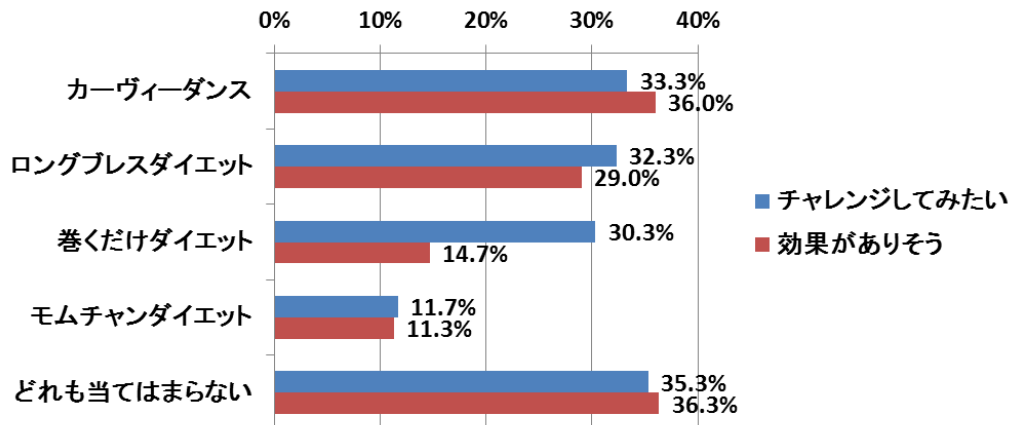
映像を見て行ったダイエットの効果をお聞きしたところ、最も多かった回答は「あまり効果がなかった」の41.3%という結果となりました。「全く効果がなかった」の16.0%と合わせると57.3%と半数以上の方が効果を感じられなかったようです。

Q4 あなたが過去にチャレンジしたことがある、また現在チャレンジしている映像を見て行うダイエットの不満点を教えてください。(複数回答 N=300)



映像を見て行うダイエットの不満点を聞いたところ、1位「映像を見る時間がなかなか作れない」43.3%、2位「効果が感じられない」30.7%、3位「自分に合った方法がわからない」22.0%となりました。ダイエットにチャレンジするものの、多くの方がさまざまな悩みを抱えているようです。

Q5 以下の項目について当てはまると思うものを教えてください。(複数回答 N=300)



今、流行中の映像をみて行うダイエットについてお聞きしたところ、【チャレンジしてみたい】、【効果がありそう】ともに1位となったのは「カーヴィーダンス」という結果になりました。「巻くだけダイエット」に関しては【チャレンジしてみたい】という方が30.3%に対し【効果がありそう】は14.7%と少なく、楽しく痩せたいと思う女性が多いことが伺えます。

【林田先生からのコメント】



「楽しくやせたい」それがダイエットの本音ですが、それを正面から訴求することを法規制は許していません。ですから、たとえば、ダイエットサプリのインフォーマーシャルを作る時も「こんなにやせた」というビジュアルを強調しつつも、「食事制限と運動もあり」というインサートを入れるという作りにならざるをえません。しかし、「楽しくやせたい」という消費者の夢は尽きることはないで「消えては現れる」を繰り返すダイエット商品の波をプレイヤーの方々は常に意識して、こうした法規制をクリアーできるプロモーションを構築していくことが重要です。

一般財団法人リーガルマーケティング研究財団理事長  
 株式会社薬事法ドットコム 特別顧問  
**林田 學武**

◆株式会社薬事法ドットコム概要

会社名 : 株式会社薬事法ドットコム  
 設立 : 2009年8月  
 代表者 : 齋藤敬志  
 本店所在地 : 〒160-0023 東京都新宿区西新宿 3-2-27 3階  
 電話番号 : 03-6279-0350  
 事業内容 : 健康・美容に関するコンサルティング業務、健康・美容に関する情報提供サービス  
 会員企業 : 現在、130社超(2013年7月現在)  
           延べ600社超  
 H P : <http://www.yakujihou.com/> (YDC)、  
       <http://www.yakujihou.co.jp/> (YDC 研究所)

・・・本リリースに関するお問い合わせ先・・・

「薬事法ドットコムマーケティング研究所」広報事務局 (one 内) 担当: 松田